ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№12 (86) июнь 2007

журнал для тех, кто любит готовить

















www.gastromag.ru

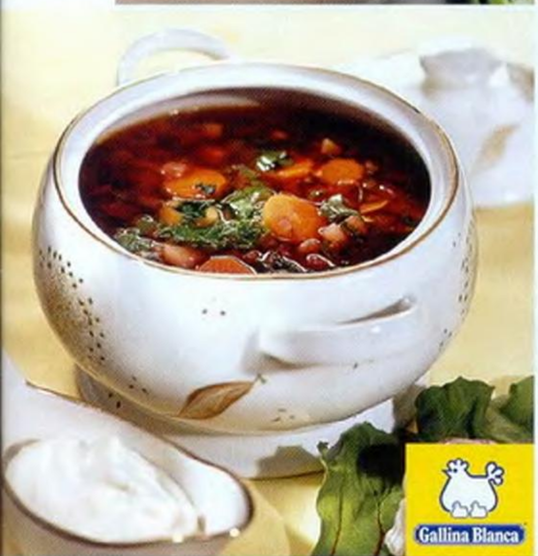
■ рулет из шпината ■ салат с цыпленком ■ закуска из шпрот ■ салат из молодого картофеля ■ марокканская овощная похлебка ■ куриные котлеты с соусом из щавеля ■ баранина на гриле ■ рулеты из говядины с зеленью ■ солянка с клецками ■ борщ летний со свекольной ботвой ■ суп картофельный с грибами ■ «лазанья» из молодой капусты ■ форель, запеченная с картофелем и брокколи ■ хлеб с молодым зеленым луком ■ традиционный английский черешневый пирог ■ чизкейк с летними ягодами ■ клубничный дайкири ■ мятный джулеп

ISSN 1728-6948


2EME
SALON DU
CHOCOLAT
МОСКВА-MOSCOW
фуд шоу
дегустации
шоу
дефиле
подарки
30 ноября – 2 декабря
Гостиный Двор
2-й Гастрономический фестиваль и Московский Салон Шоколада
www.foodshow.ru







Дорогие друзья!

Вот и наступило самое благословенное время для любителей овощей и фруктов. Конечно, и зимой можно купить не только помидоры и огурцы, но и клубнику, малину, кабачки и т. д. Но разве они сравнятся с настоящими, грунтовыми, выращенными под жарким солнцем! В летних номерах нашего журнала вы найдете много интересных и необычных рецептов блюд из овощей, ягод и фруктов. Мы надеемся, что они помогут разнообразить ваш стол.
А любителям легких и полезных салатов сообщаем, что 11 июня в свет вышел номер «Коллекции рецептов», полностью посвященный летним салатам.
Подходит к концу конкурс на лучший напиток из овощей и фруктов. Но вы еще успеете принять в нем участие, если пришлете свои письма до 1 июля с. г.
Желаем удачи.

Ваша редакция

содержание

условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - легкие рецепты
  - рецепты средней сложности
  - рецепты для опытных кулинаров
- блюда, приготовленные с продуктами GALLINA BLANCA
- * полезный совет



рулет из шпината



ЧТО НУЖНО:

- **400 г** свежего шпината
- **5** яиц
- **200 г** творога
- **3 ст. л.** муки
- **150 г** тертого российского сыра
- **50 г** тертого пармезана
- **10–12** вяленых томатов

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6
1 порция: 279,6 ккал
белки – 20,8 г, жиры – 16,8 г, углеводы – 11,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шпинат перебрать, промыть и опустить на 2 мин. в кипящую подсоленную воду; шумовкой переложить в миску с ледяной водой. Затем тщательно отжать рукой.
Яйца разделить на белки и желтки. Взбить в блендере шпинат с желтками, 1 ст. л. творога и мукой. Переложить в миску.

2 Отдельно взбить в пену белки и осторожно вмешать их в шпинатную массу.

3 Разогреть духовку до 190 °С. Противень застелить пергаментом. Выложить на пергамент получившуюся массу, разровнять поверхность, поставить в духовку и выпекать 15 мин.

4 Еще один лист пергамента равномерно посыпать тертым пармезаном. Перевернуть на него пласт шпината так, чтобы пергамент, на котором он выпекался, оказался сверху. Аккуратно снять бумагу.

5 Оставшийся творог смешать с российским сыром. Промазать всю поверхность шпинатного пласта сырно-творожной смесью.

6 Равномерно разложить по пласту томаты. Свернуть рулет. Поставить в холодильник на 1–2 ч.

СОВЕТ

*** Вместо вяленых томатов в рулет можно положить запеченные и очищенные от кожицы сладкие перцы. Не забудьте приправить их солью и перцем и щедро сбрызнуть растительным маслом.**

*** Как приготовить вяленые томаты в домашних условиях, вы сможете узнать из номера «Коллекции рецептов», посвященного консервированию.**



салат с жареным цыпленком

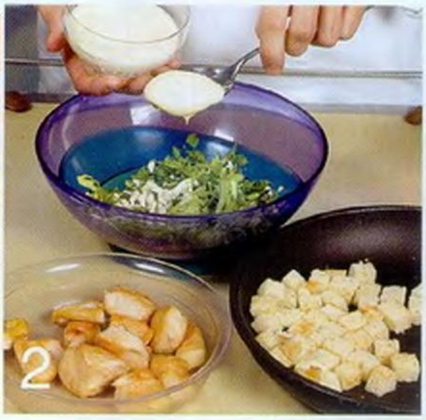


Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 408,6 ккал
белки – 17,3 г, жиры – 26,7 г, углеводы – 22,7 г

ЧТО НУЖНО:

- **2** куриные грудки
- **2 ст. л.** муки
- **3 ст. л.** растительного масла
- **4** ломтика белого хлеба
- **2** зубчика молодого чеснока
- кочан салата-латука
- несколько листьев салата фризе
- пучок петрушки
- **50 г** пармезана
- **3 ст. л.** майонеза
- соль, перец по вкусу





ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриные грудки вымыть, обсушить, нарезать кусочками, 2,5 х 1,5 см. Обвалять кусочки в муке, слегка присолить.
Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить куриное мясо со всех сторон до румяной корочки, около 6 мин. Переложить шумовкой на блюдо.

2 С хлеба срезать корку. Мякоть нарезать небольшими кубиками. Постоянно помешивая, обжарить хлебные кубики в той же сковороде, в которой жарилась курица, 3–4 мин. Переложить на тарелку.
Молодой чеснок очистить, измельчить. Листья салатов вымыть, обсушить и крупно нарвать. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить.
Пармезан нарезать тонкими пластинками.
Смешать в салатнице всю зелень, чеснок и майонез. Посолить, поперчить по вкусу. Выложить в салатницу кусочки курицы и крутоны.

Украсить лентами пармезана.

VALIO

Полет кулинарной фантазии

Высококачественные продукты «Валио» – для Вас, желающих готовить по-настоящему вкусно из хороших продуктов.





Сметана «Валио» производится в Финляндии из высококачественных натуральных сливок без применения консервантов.

В ассортименте представлена сметана различной жирности: 42%, 23% и 10%.



Сметана 42% жирности идеально подходит для блюд, требующих тепловой обработки. Рекомендуем использовать для запекания мяса или рыбы, подавать к супам и блинам. Сметана 42% жирности хорошо взбивается и может использоваться для приготовления кремов.



Сметана 23% жирности подходит для приготовления холодных блюд и соусов, подается к супам и блинам.

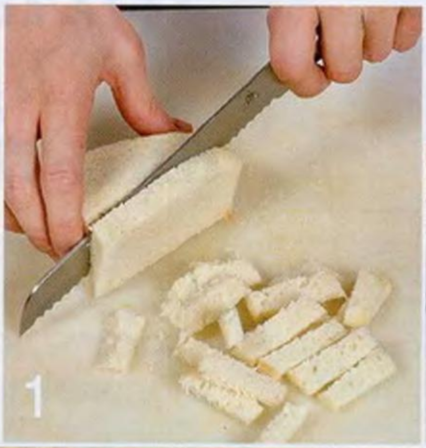


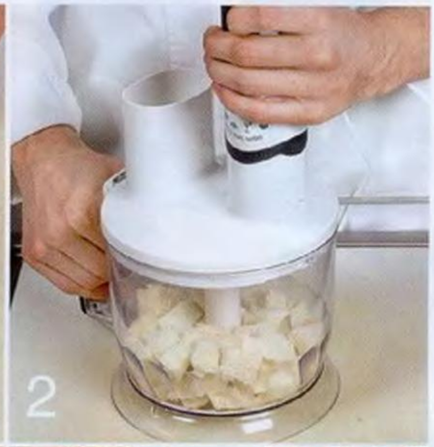
Сметана 10% жирности специально разработана для тех, кто следит за калориями. Не смотря на то, что уровень жиров составляет всего 10% - сметана имеет густую консистенцию.

Покупайте продукты «Валио» в лучших магазинах города.
www.valio.spb.ru

закуска из шпрот

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 6
1 порция: 217,4 ккал
белки – 8,5 г, жиры – 11,8 г, углеводы – 19,3 г









ЧТО НУЖНО:

- **200 г** шпрот в масле
- **200 г** белого хлеба без корки
- **2** зубчика чеснока
- • пучок петрушки
- **0,5** лимона

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Хлеб нарезать небольшими кусочками. Чеснок очистить, раздавить чесночным прессом. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить.
Из лимона выжать сок.

2 Хлеб размолоть в блендере в крошку.

3 Добавить в блендер шпроты вместе с маслом, чеснок и лимонный сок. Взбить до однородности. Переложить в миску, добавить петрушку и перемешать.

Подавать на поджаренных кусочках хлеба или салатных листьях.



салат из молодого картофеля

ЧТО НУЖНО:

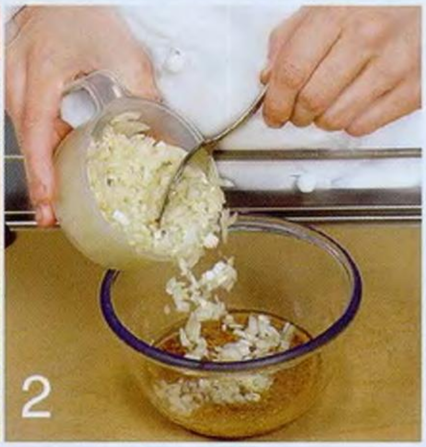
0,5 кг молодого картофеля
• пучок редиса
• пучок петрушки

Для заправки:

1 белая сладкая луковица
1 ст. л. сладкой горчицы
1 ст. л. красного винного уксуса
2 ст. л. оливкового масла
• соль по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 183,2 ккал
белки – 4,3 г, жиры – 10,0 г, углеводы – 19,0 г





ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель тщательно вымыть, положить, не очищая, в кипящую подсоленную воду на 10–15 мин. Воду слить, картофель нарезать дольками.
Редиску вымыть, срезать хвостики, нарезать тонкими ломтиками.
Зелень петрушки вымыть, обсушить и измельчить.

2 **Приготовить заправку.** Луковицу очистить и измельчить. Горчицу соединить с уксусом. Помешивая, влить масло, добавить измельченный лук.
Теплый картофель и редис выложить в салатник, полить горчичным соусом, перемешать.
Посыпать зеленью петрушки.



марокканская овощная похлебка с гренками

ЧТО НУЖНО:

- **4** молодые морковки
- **1** стебель черешкового сельдерея
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **0,5 кг** молодой капусты
- **1** крупный зубчик чеснока
- **1** луковица
- **3** **двухслойных кубика «Бульон + Приправа» Gallina Blanca**
- **2** красных сладких перца
- **2** крупных помидора
- • пучок кинзы
- • соль по вкусу

Для гренок:

- **6** кусков хлеба
- **1** зубчик чеснока
- **1** спелый помидор

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6
1 порция: 339 ккал
белки – 7,5 г, жиры – 22,4 г, углеводы – 26,8 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь и сельдерей вымыть, очистить, мелко нарезать. В кастрюле, где будет вариться похлебка, разогреть 1 ст. л. оливкового масла и обжарить в нем морковь и сельдерей, 10 мин.

2 Капусту нашинковать. Чеснок очистить, измельчить. Добавить капусту и чеснок в кастрюлю с овощами. Приправить солью. Убавить огонь до минимума и тушить, помешивая, 10 мин. При необходимости влить немного воды.

3 Сладкий перец и помидоры вымыть. Перцы разрезать на 4 части, удалить сердцевину. На помидорах сделать крестообразный надрез. Овощи сбрызнуть оставшимся оливковым маслом и запечь на гриле (или в духовке при температуре 200 °C), 10 мин. С помидоров и перцев снять кожицу, мякоть нарезать кубиками.

4 Лук очистить, измельчить. Переложить в кастрюлю к тушеным овощам, перемешать, влить 1 л воды. Довести до кипения. Варить под крышкой 10 мин. Добавить **двухслойные кубики «Бульон + Приправа» Gallina Blanca**. Варить 3 мин.

5 Помидоры и перец положить в кастрюлю с похлебкой и сразу же снять с огня. Накрыть и дать настояться 15 мин.

6 Хлеб подсушить в духовке. Чеснок очистить, разрезать зубчик пополам и натереть им хлебцы. Помидор разрезать пополам. Мякоть помидора растереть по гренкам так, чтобы они пропитались томатным соком.

Овощную похлебку подавать со свежей кинзой и гренками.



куриные котлеты с соусом из щавеля

ЧТО НУЖНО:

- **400 г** куриного фарша
- **2** луковицы
- **4** ломтика белого хлеба без корки
- **0,5** стакана молока
- **1** яйцо
- пучок щавеля
- пучок листьев черемши
- пучок петрушки
- **200 мл** белого сухого вина
- **150 мл** сливок жирностью 33%
- растительное масло для обжаривания
- соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция: 542,7 ккал
белки – 27,7 г, жиры – 38,8 г, углеводы – 20,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить, очень мелко нарезать. Разогреть в сковороде немного растительного масла, добавить половину лука и обжарить до мягкости, 3 мин. Хлеб размочить в молоке, слегка отжать.

2 Смешать в миске куриный фарш, вымоченный в молоке хлеб, обжаренный лук и яйцо, приправить солью и перцем. Тщательно вымесить фарш.

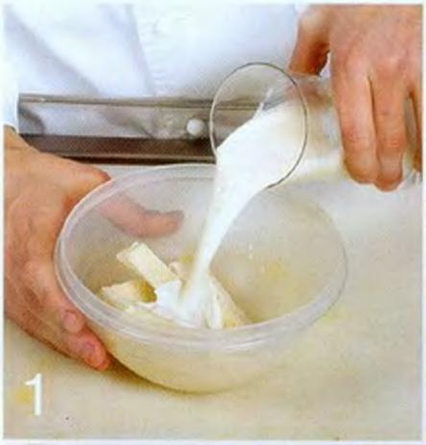
3 Слепить из фарша круглые котлеты. Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла. Обжарить котлеты до румяной корочки, по 4 мин. с каждой стороны. Убавить огонь до минимума. Накрыть сковороду крышкой, поставить на край плиты.

4 Щавель, черемшу и петрушку вымыть, крупно нарезать. В сотейнике обжарить в небольшом количестве масла оставшийся лук, 3 мин. Влить вино. Готовить 4 мин.

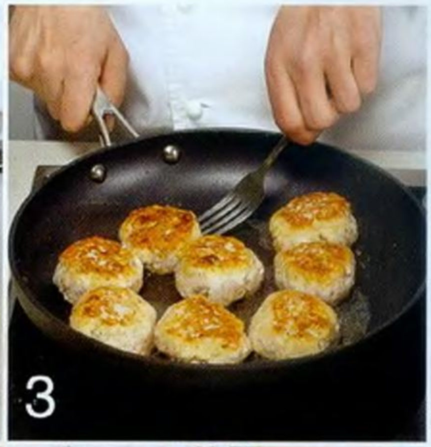
5 Добавить зелень, готовить еще 3 мин.

6 Влить в соус сливки, перемешать и варить, время от времени помешивая, 5 мин. Дать немного остыть, затем переложить в блендер и размолоть в пюре. Вновь выложить в сотейник, посолить, поперчить по вкусу и прогреть, 1–2 мин.

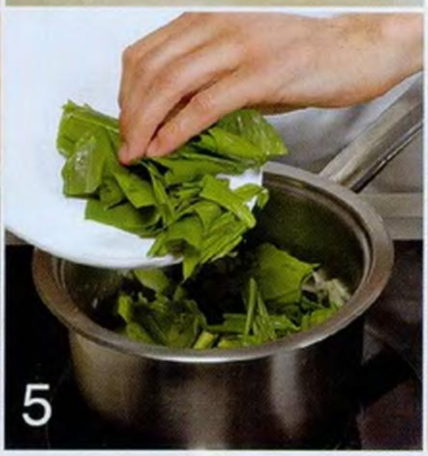
Горячие котлеты выложить на блюдо, полить соусом.









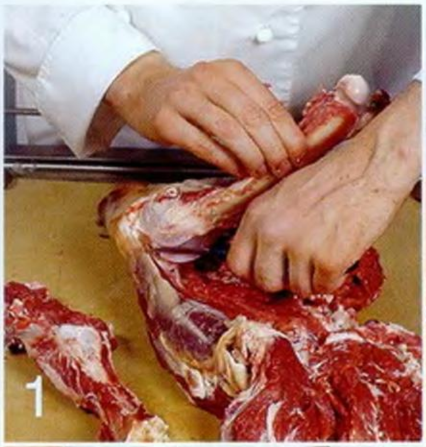


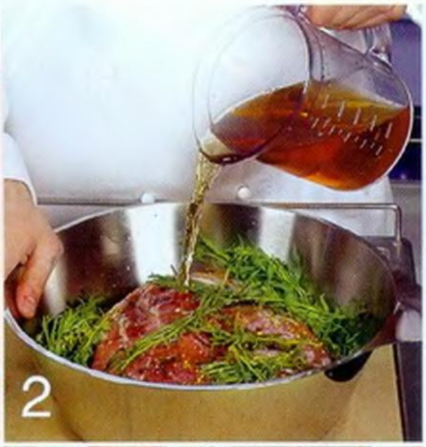




баранина на гриле

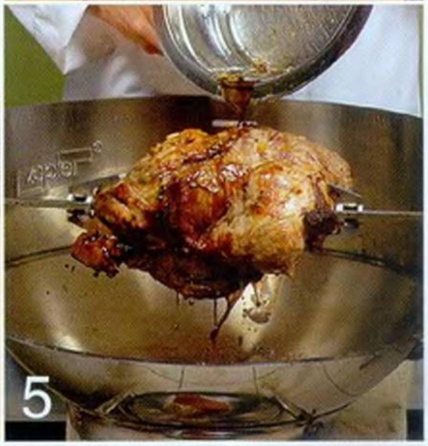
Время подготовки: 10–12 часов
Время приготовления: 2 часа 10 мин.
Порций: 12–14
1 порция: 580,7 ккал
белки – 39,9 г, жиры – 40,5 г, углеводы – 14,1 г


1


2


3


4


5

ЧТО НУЖНО:

•	баранья нога весом 3,5 кг
1 л	виноградного сока
75 мл	растительного масла
10–12	веточек эстрагона
4	бутона гвоздики
4	зубчика чеснока
1 ст. л.	смеси молотых перцев
•	соль
Для соуса:	
3	зубчика чеснока
1	лимон
3 ст. л.	сахара
1,5 ст. л.	растительного масла
50 мл	вустерского соуса

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Баранью ногу тщательно вымыть, срезать с поверхности жир. Острым ножом сделать продольный надрез вдоль обеих костей. Раздвинуть мясо руками и, подрезая ножом со всех сторон, отделить от мяса сначала одну кость, затем вторую.

*** Кости можно сохранить для мясного бульона.**

2 Натереть мясо солью, смесью перцев и растительным маслом. Положить в большую миску, добавить измельченный чеснок, веточки эстрагона и гвоздику. Влить виноградный сок, накрыть. Поставить в холодильник на несколько часов (а лучше на ночь).

3 **Приготовить соус.** Чеснок очистить, измельчить. Из лимона выдавить сок. Смешать в сотейнике чеснок, сахар, лимонный сок, растительное масло и вустерский соус. Поставить на огонь, дать закипеть и проварить 5 мин. Процедить.

4 Замаринованному мясу придать форму ноги и нанизать его на **вертел садового гриля** от **Zepter**.

5 Поместить вертел в специальные пазы на гриле и жарить ногу на углях, поливая ее соусом, до полной готовности, в течение 1 ч 45 мин.

КСТАТИ

На садовом гриллере Zepter можно приготовить мясное и рыбное барбекю, испечь лаваш и овощи. Его можно также использовать как коптильню или духовку, накрыв специальной крышкой-колпаком. С помощью вертела с зажимами можно зажарить мясо или птицу. Режим вращения обеспечит равномерное прожаривание со всех сторон. Высококачественная хромоникелевая сталь, из которой изготовлен гриллер, гарантирует долговечность и отсутствие ржавчины. Ручки жаровни отличаются прекрасной теплоизоляцией и обеспечивают безопасную переноску гриллера при любой степени нагрева.



МЯСО

рулеты из говядины с зеленью

ЧТО НУЖНО:

- **800 г** говяжьей вырезки
- **1 кг** помидоров
- **1** зубчик чеснока
- **4 ст. л.** растительного масла
- **50 г** оливок
- **1 ст. л.** каперсов
- **2 ст. л.** кедровых орехов
- **0,25** стакана свежих хлебных крошек
- **2 ст. л.** тертого пармезана
- зелень по вкусу
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
1 порция: 550,1 ккал
белки – 48,6 г, жиры – 31,5 г, углеводы – 18,0 г









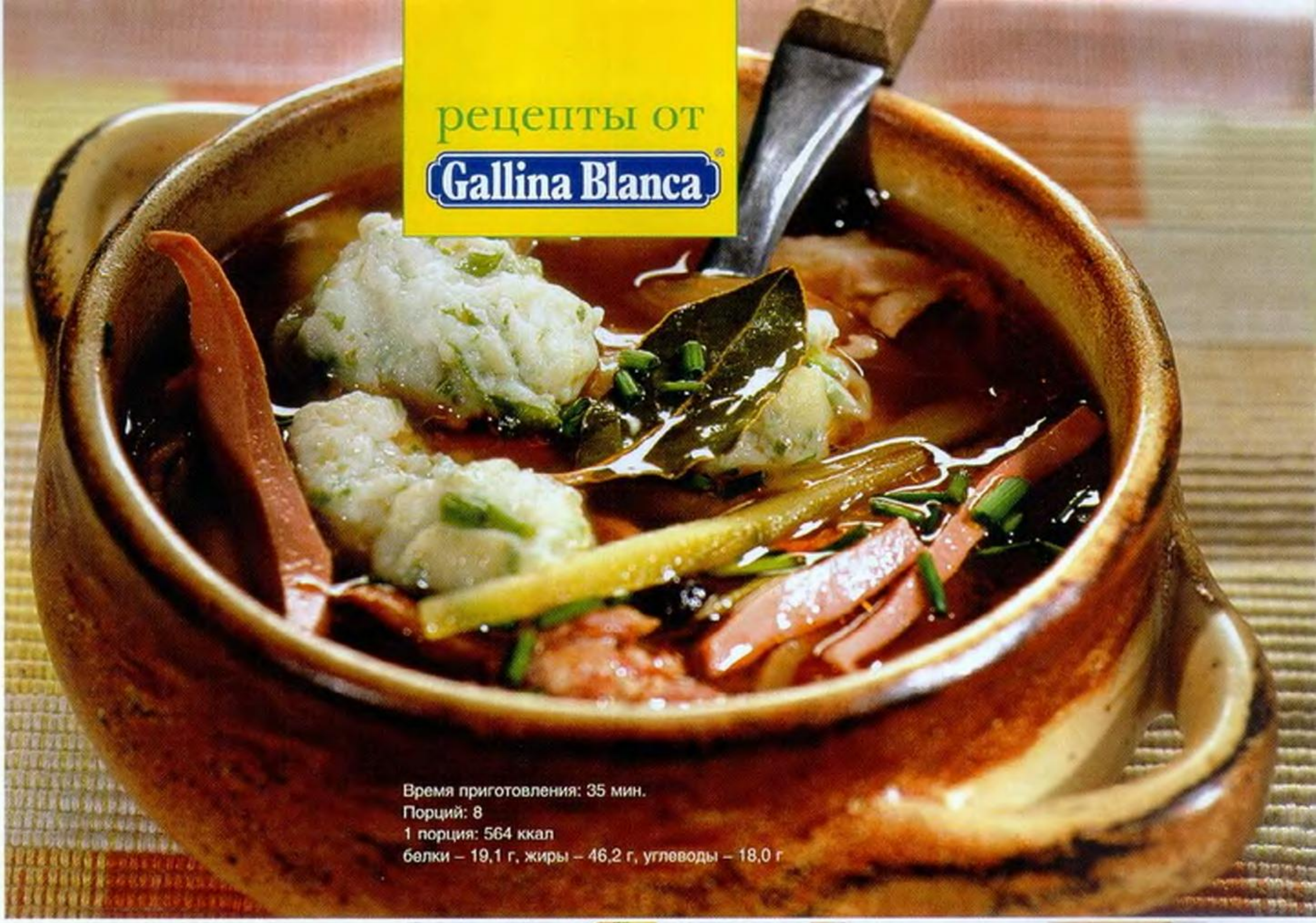
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Помидоры вымыть и измельчить. Чеснок очистить, мелко нарезать. Разогреть в сотейнике 2 ст. л. масла, обжарить помидоры с чесноком и солью, 12 мин.

2 Оливки, каперсы и кедровые орешки измельчить в блендере. Переложить в миску, добавить хлебные крошки, пармезан, измельченную зелень и 1 ст. л. масла. Перемешать.
Говядину разрезать на 4 куска. Обернуть каждый кусок пленкой и отбить в тонкий пласт.
Разложить на мясо подготовленную начинку. Свернуть каждый кусок рулетом и закрепить деревянными шпажками. Посолить, поперчить.

3 Разогреть в сковороде оставшееся масло. Обжарить рулеты, по 3 мин. с каждой стороны. Накрыть крышкой, снять с огня. Дать постоять 5 мин.

Подавать с соусом из помидоров и чеснока.



Время приготовления: 35 мин.
Порций: 8
1 порция: 564 ккал
белки – 19,1 г, жиры – 46,2 г, углеводы – 18,0 г

солянка с клецками

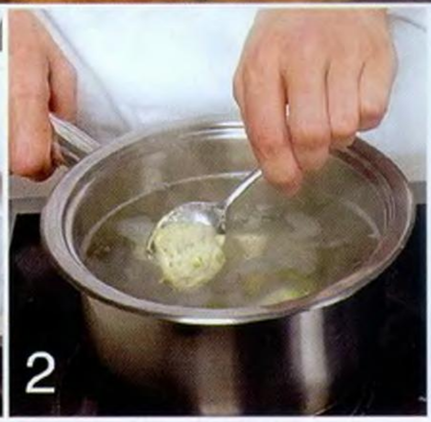
ЧТО НУЖНО:

- **1,5 л** горячей воды
- **0,5 л** **МЯСНОГО БУЛЬОНА GALLINA BLANCA**
- **150 г** бекона
- **150 г** отварного языка
- **150 г** салями
- **2** соленых огурца
- **1** луковица
- **1 ст. л.** растительного масла
- **2 ст. л.** томатной пасты
- **2** лавровых листа
- **по 2** горошины острого и душистого перца

Для клецек:

- **1** яйцо
- **75 г** муки
- **45 мл** воды
- щепотка соли
- немного зелени петрушки





ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Бекон, язык и салями тонко нарезать полосками. Обжарить на разогретой сковороде бекон, 2 мин. Добавить кусочки языка и салями, перемешать и снять с огня. Соленые огурцы нарезать брусочками. Лук очистить, нашинковать, переложить в кастрюлю и обжарить в масле, 3–5 мин. Добавить томатную пасту, огурцы, бекон, язык и салями. Перемешать, влить **МЯСНОЙ БУЛЬОН GALLINA BLANCA** и воду, довести до кипения и варить 10 мин. В конце варки положить лавровый лист и перец горошком.

2 **Приготовить клецки.** Петрушку измельчить. Яйцо взбить с солью и мукой. Добавить петрушку и замесить тесто, понемногу вливая воду. Накрыть и убрать в холодильник на 5–7 мин. Брать тесто смоченной чайной ложкой и опускать в кипящую воду. Когда клецки всплывут, переложить шумовкой на блюдо.
Подавать солянку с горячими клецками.

борщ летний со свекольной ботвой

ЧТО НУЖНО:

- **1,5 л** воды
- **0,5 л МЯСНОГО БУЛЬОНА GALLINA BLANCA**
- **0,5 кг** молодой свеклы, вместе с ботвой
- **0,5 кг** молодого картофеля
- **1** луковица
- **3** молодые морковки
- **2** помидора
- **2 ст. л.** растительного масла
- **0,5 ст. л.** белого винного уксуса
- **0,5 ст. л.** сахара
- соль по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 8
1 порция: 191,7 ккал
белки – 6,8 г, жиры – 1,1 г, углеводы – 38,6 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 У свеклы срезать ботву. Свеклу и картофель очистить, нарезать кубиками. В кастрюлю влить воду и **МЯСНОЙ БУЛЬОН GALLINA BLANCA**, довести до кипения. Положить свеклу и картофель. Варить 10 мин.







2 Лук и морковь очистить и нарезать. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать кубиками. Лук обжарить в разогретом масле, 2 мин. Добавить морковь и помидоры, тушить 5–7 мин. Посолить, добавить уксус и сахар.

3 Пока тушатся овощи, свекольную ботву промыть и мелко нарезать. Добавить ее в борщ вместе с тушеными овощами. Варить 5 мин. Снять с огня, накрыть крышкой. Дать настояться 10 мин. **Подавать со сметаной.**


1


2

3

суп картофельный с грибами

ЧТО НУЖНО:

1,5 л воды
0,5 л **КУРИНОГО БУЛЬОНА GALLINA BLANCA**
300 г шампиньонов
50 г сливочного масла
0,5 ст. л. муки
1 луковица
1 морковка
1 корень петрушки
1 ст. л. растительного масла
5 молодых картофелин
2 средних помидора

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 8
1 порция: 259,8 ккал
белки – 7,5 г, жиры – 15,9 г, углеводы – 21,6 г

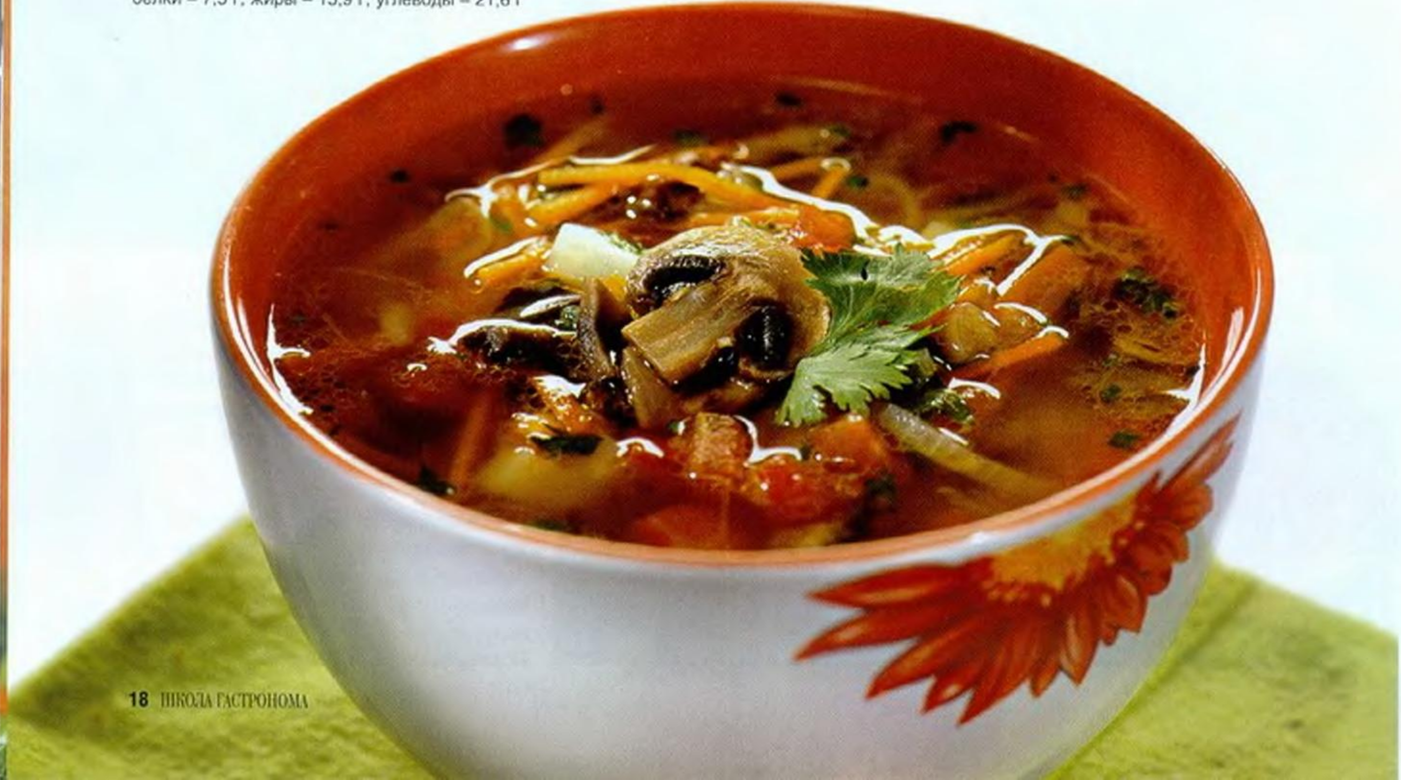
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Вымыть 100 г грибов, мелко их порубить и обжарить на сливочном масле, 5 мин. Присыпать мукой, перемешать и снять с огня.

2 Лук, морковь и корень петрушки очистить, нашинковать. Обжарить все вместе на растительном масле в кастрюле, в которой будет вариться суп, 3–4 мин. Влить **КУРИНЫЙ БУЛЬОН GALLINA BLANCA** и горячую воду, довести до кипения. Варить 5 мин.

3 Оставшиеся шампиньоны промыть, нарезать тонкими ломтиками. Картофель очистить, нарезать кубиками. В бульон добавить кубики картофеля и ломтики шампиньонов. Варить 10 мин. Помидоры ошпарить кипятком, снять с них кожицу. Мякоть нарезать кубиками и добавить в суп вместе с жареными грибами. Варить все вместе еще 5 мин.

Подать с зеленью, а также со сливками или сметаной.



«лазанья» из молодой капусты с орехами

М≈

ЧТО НУЖНО:

- **2** кочана молодой капусты
- **125 г** сливочного масла
- • тертый пармезан

Для начинки:

- **150 г** очищенных грецких орехов
- **5** зубчиков чеснока
- **150 г** хлебных крошек
- **125 мл** оливкового масла
- • соль, перец по вкусу

Для соуса:

- **100 мл** сливок жирностью 9%
- **1** яйцо
- **75 г** тертого сыра



Время приготовления: 50 мин.
Порций: 8
1 порция: 660,7 ккал
белки – 13,1 г, жиры – 46,2 г, углеводы – 23,9 г







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить начинку.** Чеснок очистить, поместить в блендер. Добавить грецкие орехи и хлебные крошки, измельчить в крупную крошку. Добавить оливковое масло и продолжать взбивать до однородности. Приправить солью и перцем.

2 Капусту вымыть, вырезать кочерыжку, разобрать на листья. Опустить листья в кипящую подсоленную воду на 3 мин., вынуть, разложить на полотенце. Форму для запекания смазать маслом. Уложить на дно примерно четверть капустных листьев, смазать их растопленным сливочным маслом. Выложить в форму треть начинки. Положить еще один слой капустных листьев, смазать маслом, выложить половину оставшейся начинки. На следующий капустный слой положить оставшуюся начинку и накрыть последним слоем капусты.

3 Смешать сливки, яйцо и сыр, залить этой смесью капустную запеканку. Накрыть фольгой и запекать в разогретой до 180 °С духовке 15–20 мин. Вынуть запеканку из духовки, снять фольгу. Посыпать пармезаном. Запечь до образования золотистой корочки, 3–5 мин.



форель, запеченная с картофелем и брокколи



ЧТО НУЖНО:

2 небольшие речные форели
6 молодых картофелин
1 головка брокколи
100 г растопленного сливочного масла
• соль, перец по вкусу

Для соуса:

• кусочек корня имбиря длиной 1 см
1 апельсин
1 лимон
1 ч. л. меда
• щепотка куркумы
0,5 ч. л. крахмала

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция: 1048,4 ккал
белки – 79,0 г, жиры – 50,8 г, углеводы – 68,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель вымыть, нарезать кружками. Брокколи вымыть, разобрать на соцветия, опустить в кипящую подсоленную воду на 2–3 мин., затем откинуть на дуршлаг.
В огнеупорную форму, выстеленную промасленным пергаментом, выложить рядами кружки картофеля и соцветия брокколи. Приправить солью и перцем. Сбрызнуть небольшим количеством растопленного сливочного масла.
Разогреть духовку до 200 °С. Накрыть форму пергаментом и запекать 5–7 мин.

2 Форель очистить, удалить плавники, промыть и обсушить.

3 Подготовленную рыбу смазать оставшимся сливочным маслом внутри и снаружи, приправить солью и перцем. Вынуть форму из духовки, уложить на овощную подушку рыбу и продолжать запекать под пергаментом 15–20 мин.

4 **Приготовить соус.** Имбирь очистить и натереть на терке. Из апельсина и лимона отжать сок, теркой снять цедру. В сотейник влить сок цитрусовых, добавить тертый имбирь, мед, куркуму и крахмал. Перемешать и довести до кипения на медленном огне, постоянно помешивая. В конце добавить цедру.

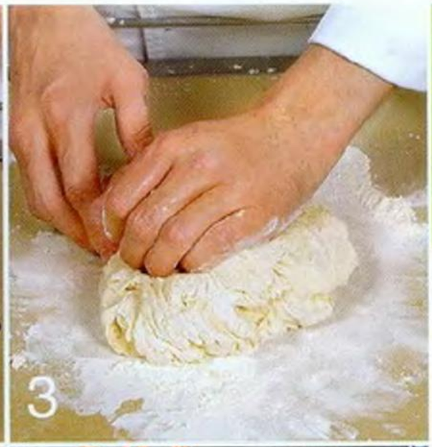
5 Вынуть форму с рыбой и овощами из духовки, снять верхний лист пергамента. Полить рыбу соусом и запечь под грилем, 3–5 мин.

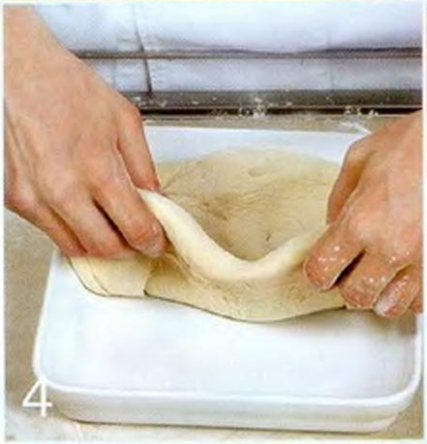
Подавать, украсив дольками лимона.















хлеб с молодым зеленым луком

ЧТО НУЖНО:

- **8** стеблей зеленого лука вместе с луковичками
- **2 ст. л.** растительного масла
- **1 ст. л.** белого винного уксуса
- **1 ч. л.** сахарной пудры
- **2 ч. л.** сухих дрожжей
- **1,5** стакана молока
- **3** стакана муки
- **1 ч. л.** соли

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 10
1 порция: 359 ккал
белки – 11,1 г, жиры – 8,7 г, углеводы – 59,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук вымыть, обсушить. Отрезать длинные зеленые концы, оставив примерно 10–12 см. Разрезать лук вдоль пополам.
Смешать 1 ст. л. растительного масла с уксусом и сахарной пудрой. Положить лук в большую миску, залить маринадом, перемешать, накрыть и отставить.

2 Дрожжи размешать в теплом молоке. Оставить в теплом месте на 5 мин., пока на поверхности молока не появятся пузырьки.

3 Муку просеять с солью, добавить оставшееся растительное масло. Перемешать, уложить горкой. Сделать в центре углубление и влить в него молоко с дрожжами. Замесить тесто.
Выложить тесто на присыпанную мукой рабочую поверхность. Вымешивать 5 мин.

4 Выложить тесто в прямоугольную форму для выпечки (примерно 18 х 28 см).

5 Сверху положить подготовленный лук. Слегка прижать его руками, вдавив в тесто. Накрыть и оставить на 45 мин.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Поставить форму с хлебом в духовку. Выпекать 20 мин.



традиционный английский черешневый пирог

ЧТО НУЖНО:

Для теста:

2,5 стакана муки
0,5 ч. л. соли
150 г сливочного масла
5–7 ст. л. ледяной воды
• немного растительного масла для смазывания противня

Для начинки:

1 кг несладкой черешни
1 стакан сахара
3 ст. л. крахмала

Для верха:

2 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. молока
2 ст. л. сахара

Время приготовления: 2 часа 05 мин.
Порций: 8
1 порция: 564,6 ккал
белки – 6,8 г, жиры – 19,8 г, углеводы – 89,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять с солью. Добавить охлажденное и нарезанное маленькими кусочками сливочное масло. Растереть муку с маслом до образования крупных крошек.

2 Вымешивать, добавляя по 1 ст. л. ледяной воды, пока тесто не станет гладким. Собрать тесто в шар, разделить пополам.

3 Каждую половинку теста размять в лепешку, завернуть в пищевую пленку и положить в холодильник, минимум на 30 мин.

4 Черешню вымыть, удалить косточки. Смешать с сахаром и крахмалом.

5 Небольшой прямоугольный противень смазать маслом. Половину теста раскатать на присыпанной мукой поверхности в прямоугольный пласт толщиной 4 мм. Выложить на противень так, чтобы края теста немного свешивались с него. Накрыть пленкой и поставить в холодильник на 10 мин.
Выложить на противень с тестом черешневую начинку. Сверху равномерно разложить кусочки сливочного масла.

6 Раскатать в тонкий пласт вторую половину теста. Ножом разрезать его на ленты шириной 2,5 см и уложить их на пирог крест-накрест. Лишнее тесто срезать. Аккуратно завернуть края.
Разогреть духовку до 190 °С. Смешать молоко с сахаром, смазать этой смесью верх пирога. Поставить в духовку и выпекать 20 мин. Затем накрыть пирог листом фольги и выпекать еще 25 мин.















чизкейк с летними ягодами



ЧТО НУЖНО:

Для основы:
- **250 г** сдобного печенья
- **0,5** стакана сахара
- **0,5** стакана размягченного сливочного масла
- **1 ст. л.** масла для смазывания

Для начинки:
- **300 г** сливочного сыра
- **0,5** стакана сахара
- **0,5** стакана сливок жирностью 20%
- **2 ч. л.** лимонного сока

Для верха:
- **500 г** ягод

Время приготовления: 25 мин. + 3 часа 30 мин.
Порций: 10
1 порция: 503 ккал
белки – 6,7 г, жиры – 28,0 г, углеводы – 56,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 200 °С. Печенье с сахаром измельчить в блендере. Добавить сливочное масло и перемешать до однородной массы.

2 Дно и бока разъемной формы для выпечки смазать маслом. Плотно уложить получившуюся смесь так, чтобы были закрыты дно и бока формы. Поставить в духовку и выпекать 8 мин. Дать полностью остыть, затем вынуть из формы.

3 **Приготовить начинку.** Венчиком взбить сливочный сыр с сахаром.

4 В отдельной посуде взбить миксером сливки с лимонным соком. Осторожно ввести сливки в сырную массу, перемешать легкими движениями снизу вверх.

5 Выложить начинку в остывшую форму. Поставить в холодильник на 3 ч.

6 Ягоды вымыть, обсушить и уложить сверху. Снова поставить в холодильник на 30 мин.

*** Этот торт можно украсить любыми летними ягодами, а также кусочками фруктов.**

клубничный дайкири

Время приготовления: 10 мин.
Порций: 2
1 порция: 143,9 ккал
белки – 0,8 г, жиры – 0,3 г, углеводы – 5,7 г









ЧТО НУЖНО:

175 г спелой клубники
• сок 0,5 лайма
1 ч. л. лимонного сока
100 мл светлого рома
6 кубиков льда

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кубики льда опустить в блендер и раскрошить в пульсирующем режиме. Переложить лед в бокалы.

2 Ягоды клубники вымыть, обсушить, переложить в блендер и взбить в пюре.

3 Добавить к клубнике сок лайма, лимонный сок и ром. Взбить в пульсирующем режиме и перелить в бокалы со льдом.

Подавать немедленно.



мятный джулеп

ЧТО НУЖНО:

85 г	коричневого сахара
2	лимона
750 мл	игристого белого вина
6	веточек свежей мяты для украшения

Время приготовления: 10 мин.
Порций: 6
1 порция: 167,6 ккал
белки – 0,3 г, жиры – 0 г, углеводы – 20,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лимоны вымыть, отжать из них сок. В небольшой кувшин всыпать сахар, влить лимонный сок и размешать до полного растворения сахара. Охладить.

2 Зелень мяты вымыть и обсушить. Лимонный сироп разлить по высоким бокалам, добавить охлажденное игристое вино и украсить веточками мяты.

Подавать охлажденным.

КСТАТИ

*** Вы можете приготовить лимонный сироп заранее. В холодильнике он может храниться до 5 дней.**

*** Если вы захотите приготовить мятный джулеп для детей, замените белое вино минеральной водой или тоником.**





Школа кулинарного мастерства

Лето… Пора овощей, зелени и фруктов…

Школа кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ» представляет программу «Большое летнее меню».

Посетив наши занятия, вы научитесь готовить оригинальные, вкусные, а главное, полезные блюда.

С наступлением теплого времени года пикник в тени деревьев становится особенно привлекательным. Единственное, что может его испортить, – это однообразие блюд, которые повторяются из года в год. Благодаря программе «Большое летнее меню» вы порадуете друзей и близких потрясающими новинками: шашлыком, барбекю и приготовленными на гриле овощами, мясом, морепродуктами, впитавшими упоительные ароматы дыма и трав.

Ничто не может сравниться с настоящим домашним обедом. На наших занятиях вы научитесь готовить легкие салаты и летние пироги, от которых ваша семья будет в восторге.

Кроме того, узнаете, как правильно делать тайские, французские, японские и итальянские супы, а также рыбу. Экзотические ароматы и вкусы азиатской кухни обеспечили ей широкую популярность.

Посетив Школу кулинарного мастерства летом, вы узнаете секреты азиатских кулинаров: сочетание свежих продуктов со специями и быстрые техники приготовления блюд в воке.

Для вас – летние скидки!

Специальное предложение действует с 1 июня по 31 августа. Не пропустите летнее меню по летним ценам!



СТОИМОСТЬ ЗАНЯТИЙ:

Курс «От простого к сложному»	
1 занятие	1700 руб.
4 занятия	5200 руб.
Тематические занятия	2000 руб.
Этнические темы	3000 руб.
Абонемент	
4 тематических занятия	6500 руб.
Абонемент на год (неограниченное количество посещений)	$2500

www.gastromag.ru

Информация по телефону (495) 725-1070 или по адресу: Волоколамское шоссе д. 2, стр. 1, в Школе кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ»



ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Продолжается подписка на 2007 год на наши журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Школа гастронома. Коллекция рецептов», «Садовник» и «Ручная работа» через редакцию.
Вы можете подписаться на наши издания с любого месяца в течение 2007 года.
Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.
Минимальный срок подписки – 1 месяц.

ГАСТРОНОМЪ

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $4,00.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА. КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

РУЧНАЯ РАБОТА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

САДОВНИК

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $2,80.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $5,00.



Для оформления редакционной подписки
1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

** Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала*
** Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней*
** В цену подписки не включена комиссия Сбербанка*
** Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

• **На наших сайтах** www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера.
Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.

• **Подписка для юридических лиц** оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru

• **Подписка на журналы в других странах:**
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252
With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T.
Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N Acc.890-0057-610
** Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты*

• **Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:**
АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы: Гастрономъ – 44140, 44141; Школа гастронома – 84584, 83273; Коллекция рецептов – 36979; Садовник – 46505, 20218; Ручная работа – 18131, 18546
Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы: Гастрономъ – 81150, 81158; Школа гастронома – 83316, 83273; Коллекция рецептов – 36892; Садовник – 46345, 20415; Ручная работа – 18091, 36320
МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы: Гастрономъ – 12598, 99378; Школа гастронома – 12599, 11308; Садовник – 24324, 63427; Ручная работа – 24323
Интер-Почта-2003, тел. (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
Вся пресса, тел. (495) 787-3445
ИЧУП «РЗМ-Инфо». Каталог «Белпочта», г. Минск, тел. (017) 291-9891
Подписной индекс: Гастрономъ – 44141; Школа гастронома – 81158; Садовник – 46345
Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
Урал-Пресс, тел. (495) 214-5162
г. Екатеринбург, тел. (3432) 75-6274

Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик



читайте в следующих выпусках:

- рулеты из кабачков • окрошка
- шашлычки из утки с абрикосами
- сливовый пирог с хересом
- квас домашний

следующий номер выйдет 2 июля

ГДЕ КУПИТЬ

- **Магазины Zepter**
  Москва, ул. Новый Арбат, 26,
  тел.: (495) 291-1123, www.zepter.com
  телефон информационной линии
  8-800-2002-700

- **Компания Vestel**
  www.vestel.ru
  бесплатная горячая линия: 8-800-1000-550
  Выставочный зал: ТЦ «Горбушкин Двор», павильон С2 015 В

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№12 (86), июнь 2007
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 220 000 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07. 2003 г.

